

# Кроссенс сновидения

Вит Ценёв  
Psyberia.ru

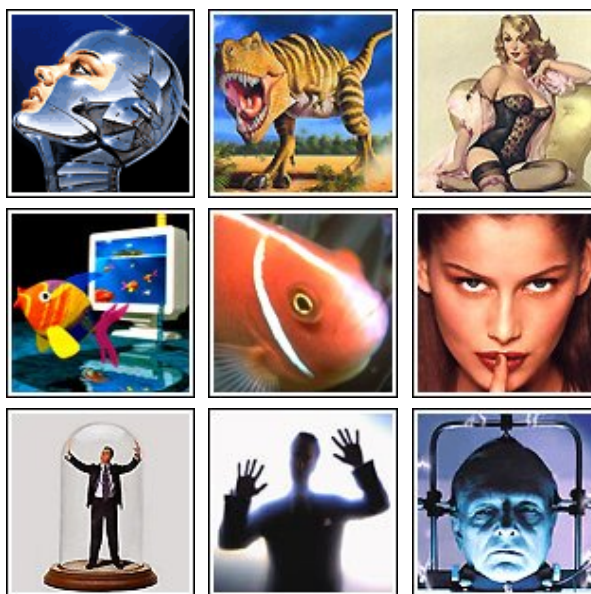
Вы любите разгадывать кроссворды? Я тоже. Но сегодня нам предстоит не разгадывать, а *загадывать* кроссворд. И это будет *очень необычный* кроссворд: мы составим его из своих собственных сновидений. Хотите узнать об этом больше? Прекрасно! Возьмите карандаш или ручку, приготовьте лист бумаги. Мы начинаем кроссворд.

Сон действительно похож на кроссворд. Знаете, чем именно? Сны и кроссворды требуют *разгадки*. И в том, и в другом случае требуется угадать, что скрывается под описанием «он не лает, ни кусает, а в дом не пускает» и «мне приснилась большая пучеглазая рыба». Нам нужно узнать, угадать, *расшифровать*, что скрывается за этими описаниями. Для этого я и решил использовать алгоритм составления кроссворда как *способ толкования сновидений*.

Вы составляете кроссворд сна, чтобы понять его истинное содержание. Таким образом, вы получаете возможность самостоятельно интерпретировать свои сновидения, не обращаясь более к сонникам, бабушкам или психоаналитикам.

## Кроссворд? Кроссенс!

Для решения вышеописанной задачи классический кроссворд нам не годится, равно как и его многочисленные модификации. Нам нужен кроссенс. В отличие от кроссворда, где все клеточки являются пустыми, в кроссенсе все клеточки заполнены картинками. А разгадка кроссенса заключается в том, чтобы найти ассоциативную связь между картинками. Всего картинок в кроссенсе девять, а задач (по числу соседних пар) *двенадцать*. Хотите увидеть, как это выглядит? Пожалуйста.



Вот так выглядит кроссенс. Соседствующие рядом картинки имеют ассоциативную связь, которую вам нужно найти. Что общего между рыбой (5) и приложенным к губам пальцем (6)? «Молчание». Или, например, что общего между знаком @ и овчаркой? «Собака». Это очень простые примеры.

А вот более сложный: что общего между Ван Гогом и колорадским жуком? *Подумайте*. Я ни в жизнь бы не угадал, пока не стал искать ответ в интернете. А ответ вот такой: первая картина у Ван Гога называется «Едоки картофеля». И колорадский жук – это тоже «едок картофеля». Вот такая между ними связь.

Я убежден, что наши сновидения в наибольшей степени похожи на кроссенс. Я убежден в том, что сны подлежат объяснению примерно также, как разгадывается кроссенс. Следует найти ассоциативные связи между «небывальными комбинациями» его элементов. И только тогда мы можем быть уверены, что сон разгадан, и мы правильно поняли его содержание.

### Кроссенс сновидения на примере рыбы

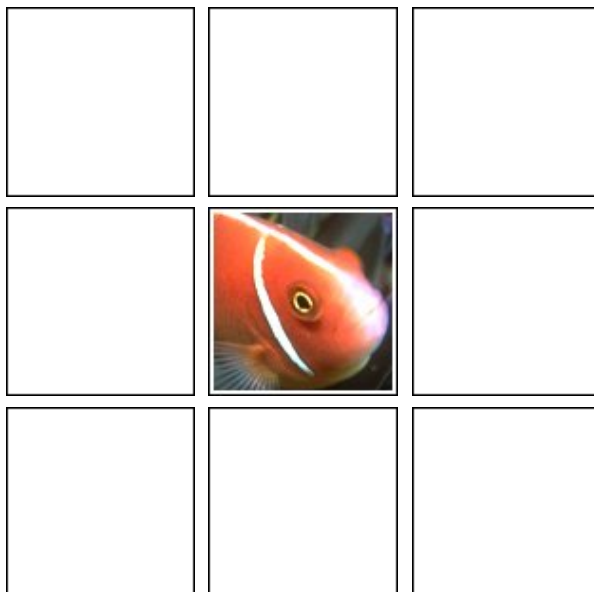
Если живая рыба снится юной особе – её ждет счастливая любовь.  
[«Сонник, или толкование сновидений», Густав Хиндман Миллер].

В житейском представлении любой знаковый элемент сна (приснившаяся рыба, например) наделен вполне конкретным содержанием. «Увидеть во сне курицу - к приятным встречам в домашнем кругу, к увеличению семьи», пишет о приснившейся курице сонник Миллера. Интерпретировать сны подобным образом не более достоверно, чем кидать монету, чтобы узнать: будет ли завтра дождь или нет?

Поэтому я предлагаю сразу и безоговорочно принять тот факт, что сны могут нам сниться *к чему угодно*. А *к чему именно*, мы должны разбираться в каждом конкретном случае. Это вы, пожалуйста, запомните как «Отче наш». Сами по себе картинки не имеют смысла. Его нужно искать в ассоциативных явлениях, которые эти картинки символизируют.

Рассмотрим это на простейшем примере: вам приснилась рыба. Просто рыба. Проснулись вы и думаете: к чему бы это? Зачем мне приснилась рыба? Что это значит?

Давайте разбираться. Для удобства я оставил в кроссенсе пустыми все клетки, и вложил в него первую карточку, первый символ: *рыба*.

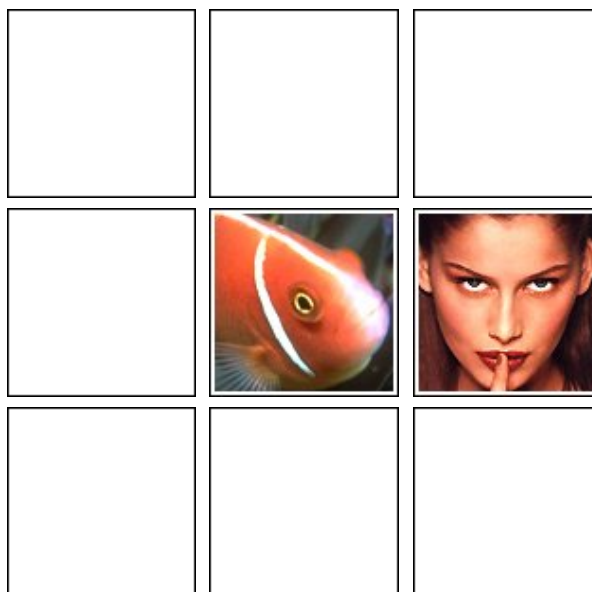


Я не считаю сны намеренным посланием нашему сознанию. Во время сна мозг работает и перерабатывает информацию. Так как сознание во время сна отдыхает, обработка нужной информации идет в области бессознательного. Когда человек просыпается, результат этой

работы информации становится частично (или полностью) доступен сознанию. Давайте, я приведу пример: вот вы иногда сидите и дрыгаете ногой. И не осознаете этого. Но если вы это осознаете, это совершенно не значит, что дрыгание ногой преследовало сообщить вам нечто важное. Вы удовлетворяете свою бессознательную потребность, вот и все. А будете ли вы это осознавать или нет, значения не имеет. То же самое и со сновидениями: сны нам не снятся, они нам не адресованы. Просто мы умеем их осознавать. А осознаем мы их или не осознаем, *дело восемнадцатое*.

Бессознательное перерабатывает информацию *столь загадочным* для нас образом по двум возможным причинам. *Причина первая:* ему так удобно. *Причина вторая:* по-другому оно просто не может, не умеет. Подсознание не стремится нас запутать. Оно не имеет желания ввести нас в заблуждение. Оно просто перерабатывает информацию, а мы, просыпаясь, от случая к случаю можем это осознавать. Вот и все.

Без участия сознания подсознание малоспособно (или неспособно вообще) к логическому, аналитическому и абстрактному мышлению. Оно мыслит образами, картинками, набором готовых символов. Сознательно человек может думать: «хватит мне уже молчать, пора бы высказать все, что я думаю на этот счет». Во сне человек может думать то же самое, но на другом языке: «рыба, открывает и закрывает рот, тишина». Каждую ночь подсознание как бы снимает кино, произвольно нарезая на пленку нужные кадры из нашего опыта. Потому и «небывалая комбинация бывалых впечатлений».



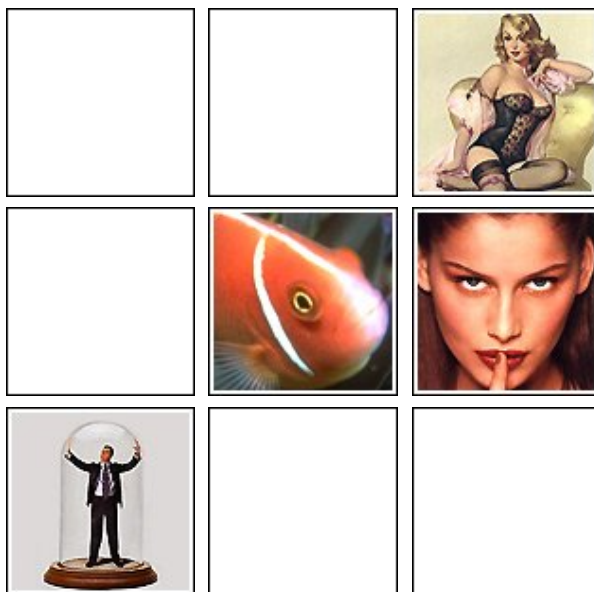
В кроссенсе мы ищем ассоциации между картинками, которые соседствуют боками. Все остальные варианты (по диагонали, через одну) не рассматриваются.

В кроссенсе сновидения принцип немного другой. Один-единственный символ определяет все остальные боковые значения (в том числе и по диагоналям). Клеток может быть много больше, чем девять, или меньше, значения не имеет. Главная задача – найти максимальное количество ассоциаций на символ сна (рыбу в нашем случае). Первый мы определили: это молчание. Идем дальше.

**Как рыба об лед.** Знаете такое выражение? Что символизирует? Тщетность усилий, наше бессилие перед обстоятельствами. Совершенно иное направление ассоциаций, как видите.

То есть, рыба во сне может быть использована подсознанием как символ молчания, что, в свою очередь, также рождает целый набор ассоциаций. *Молчание бывает разное*. Заговор молчания может быть, люди от тебя скрывают правду. *Отмалчиваться*, вы слышали такое выражение? Фантазируйте. Вариантов много.

**Холодный, как рыба.** Тут уже совсем другие дела делаются. Эмоциональная холодность. Фригидность. Эмоциональная или сексуальная неудовлетворенность.



**Скользкий, как рыба.** Подвох, обман. Преступник ускользает от ответственности. Вы не чувствуете твердой почвы под ногами. Вас избегают. Вы не можете кого-то «ухватить».

**Половить рыбку в мутной воде.** Действовать наудачу. Рисковать. Азарт, попытка. Очень неочевидный результат.

**Хватать ртом воздух (как рыба).** «Перекрыли кислород». Перехватило дыхание (связано с возмущением, гневом, протестом, обидой). Тяжело, трудно. Задыхаюсь. Мне тесно. Тут не исключено и указание на физиологические симптомы: например, начало болезни или ее обострение.

**Как рыба в воде.** Уверенность. Я хорошо себя чувствую. Отлично ориентируюсь в делах, в окружающей обстановке. Нахожусь на нужном месте. Знаю, что делать.

Я думаю, что Вы легко предложите еще с десятков возможных вариантов интерпретации. У вас может получиться «золотая рыбка», «рыбный день», «какая гадость, это ваша заливная рыба», «рыба гниет с головы», «ни рыба, ни мясо», и так далее.

#### Пояснения к заполнению кроссенса

- Картинки даны для примера, для наглядности. Вам не обязательно искать картинки. У вас есть лист бумаги, этого вполне достаточно. Записывайте в произвольной форме все ассоциации, которые пришли вам в голову.
- Ассоциации, найденные из внешнего источника (прочитали в книге, нашли в сети, кто-то подсказал) – *внимание!* – не могут быть использованы для толкования вашего сна. В мифологии жителей полуострова Мумба рыба может символизировать нечто особенно

важное. Но вашего сна это не касается. Если на момент сна этого знания у вас *не было*, в толковании сна оно *не используется*.

- Ассоциации, которые вы **вспомнили** (подсказали, прочитали, услышали по телевизору и так далее) *уместны* для толкования сновидения. Батко Пушкин как-то сказал: «Они хотят *и рыбку съесть*, и...» Вспомнили? Это нам годится. Используем.

### **Дополнительные рекомендации по интерпретации сновидения**

Итак, я продемонстрировал вам, что рыба может сниться не к чему-то определенному, а к *чему угодно*. Равно как и любой другой символ сна. На слове «кошка» потренируйтесь. Вы с легкостью найдете десяток-другой ассоциативных рядов. Я серьезно, попробуйте! Будет ничуть не меньше вариантов, чем с рыбой.

Что делать дальше? Переворачиваем лист бумаги и составляем на бумаге список наиболее важных составных элементов вашей жизни. Работа. Дом. Семья. Дети. Секс. Любовь. Вам нужно выписать только то, что *действительно важно* для вас. Списка их 5-6 элементов, я думаю, будет более чем достаточно. Впрочем, пишите сколько угодно, если хотите, это не помешает. Только одно условие: не забудьте вписать себя. «Я». Это самая важная часть. В любом списке, кто бы его не составлял.

Записали? Хорошо. Теперь у нас есть все необходимое для интерпретации нашего сна. Вы получили все возможные смыслы, которые зашифрованы в символе сновидения. И теперь эти смыслы нужно **соотнести** со списком самых главных вещей в вашей жизни. Все очень просто. Смотрите сами.

#### **Я – рыба**

Символ рыбы, в первую очередь, соотносится с самим собой. В этом случае мы получаем от подсознания примерно следующие мысли: «я задыхаюсь», «я молчу», «я чувствую себя как рыба в воде», и так далее.

#### **Семья – рыба**

В этом случае рыба является метафорой вашего положения дел в семье. У вас есть полный набор ассоциаций, так что проанализируйте сами, что это может значить.

#### **Работа – рыба**

В образе рыбы вы увидели положение дел на вашей работе. Может быть, вам «перекрыли кислород»? Может быть, вы «ловите рыбку в мутной воде»?

И так далее, по списку. То есть, вы спите, а ваше подсознание думает. Картинками. Оно не может думать словами (мой начальник – злодей), и поэтому думает хищными рыбами. Вы спросите: что за польза такая, думать про начальника во сне, что он аки хищная рыба? А я встречно у вас спрошу: а что за польза, думать днем, что он подлец и негодяй?

### **Результаты интерпретации сновидения**

Подсознание мыслит с помощью картинок, которые оно берет из «бывалых впечатлений». У каждого человека эти «бывалые впечатления» *уникальны*. И если вы попросите кого-то ваш сон «расшифровать», он будет использовать свой набор «впечатлений». Будет ли эта

интерпретация – *достоверной*? Очевидно, нет. Лучше всего понять свой сон может только его «автор».

Обнаружив все ассоциации на картинки сновидения, и соотнеся эти ассоциации с вашими элементами бытия, вы с высокой долей вероятности сможете понять смысл вашего сна.

Если что-то не получается, то я рекомендую потренировать своё ассоциативное мышление на кроссенсах. Найти их можно в журнале «Наука и жизнь».